

www.trome.com
facebook.com/tromepe @tromepe

trome

AÑO 24 | Nº 8508
MIÉRCOLES 5 DE FEBRERO DEL 2025
DIRECTOR PERIODÍSTICO: CARLOS ESPINOZA OLCAY
S/ 1.00
VÍA AÉREA S/ 1.20

RECORTA Y PÉGALOS EN TUS CARTILLAS

1 PREMIO DE 15,000 SOLES 1 PREMIO DE 5,000 SOLES 15 PREMIOS DE 1,000 SOLES 1,000 PREMIOS DE 100 SOLES 1,800 PREMIOS DE 50 SOLES

HOY CUPONES GRATIS

REVELAN AUDIO DONDE BANDAS PIDEN UNIRSE PARA ACABAR CON LA VIDA DE VALIENTE CORONEL

'GATO COTE'

'CHIMINO'

Página 4

'YO DOY 300 MIL POR MATAR A REVOREDO'

'PULPO'

RUBÉN VARGAS AFIRMA QUE TRUJILLO ESTÁ DOMINADO POR EL CRIMEN ORGANIZADO

DICE QUE CUEVA LA LLAMÓ A ELLA Y NO LE ROBÓ NADA A NADIE

ANDREA: MAGALY HACE BERRINCHE

PÁGINA 15

CHOCA CON NACIONAL EN PARAGUAY A LAS 7:30 DE LA NOCHE

ALIANZA ROMPE FUEGOS EN LA COPA

PÁGINA 11

TEMPERATURA PASA DE LOS 30 GRADOS

CLIMA LOCO TRAE SOL Y NEBLINA

PÁGINA 9

7 755767 006798

ENCUESTA

SÍ 60%
NO 40%

AYER
¿Cree que Donald Trump ha empezado bien su gobierno en Estados Unidos?

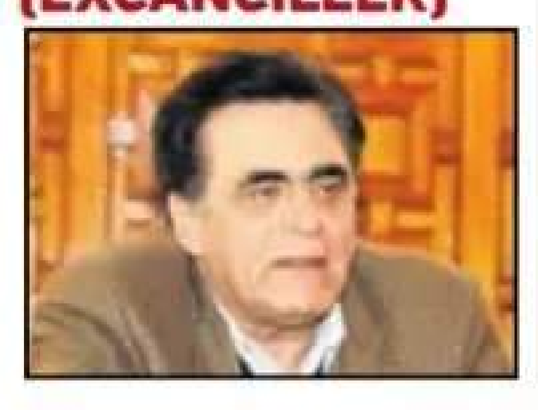
HOY
¿Está de acuerdo con el regreso de Rodrigo Ureña a la 'U'?

RESPONDA EN TROME.COM

PALABRAS DEL ALMA

"Quien dona dinero [Estados Unidos] tiene el derecho de saber cómo se utiliza ese dinero [...] Acá [en Perú] han habido cosas muy oscuras, como que se utilizó dinero de USAID para financiar cómics trans para niños. Eso es absolutamente inmoral".

LUIS GONZALES POSADA (EXCANCILLER)





"El ministro Juan Santiváñez está haciendo un enorme esfuerzo, de día y de noche [...] Quienes viven en mi condominio y en mi zona perciben que pueden salir tranquilos y que hay más presencia de la Policía".

JUAN CASTRO (MINISTRO DEL AMBIENTE)

DÓLAR
3.70 COMPRA | 3.72 VENTA

EURO
3.90 COMPRA | 3.93 VENTA

'FITO'
PARA CUALQUIER CONSULTA ESCRIBE AL:
926643610

CLIMA
MÁXIMA 31° | MÍNIMA 18°

trome
Editor General: José Castillo Altez
Contenido elaborado por Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Jorge Salazar Araoz Nº 171, La Victoria, Lima Teléfono: 311-6500.
Fax: 311-6353. Página web: www.trome.com E-mail: trome@trome.com Publicidad: 708-9999.
Impreso en la Planta Pando de Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21.

Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N°2001-1992
Los artículos firmados y/o de opinión son de exclusiva responsabilidad de sus autores.

LA SEÑO MARÍA



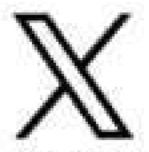
CUIDADO AL BUSCAR PAREJA EN REDES

Mi amigo, el fotógrafo Gary, llegó al restaurante por un tallarín saltado de pollo, acompañado de arroz chaufa. Para calmar la sed pidió una jarrita con refresco de lima limón. **"María, en unos días más se celebrará el Día de San Valentín, o de la amistad y el amor, en todo el país.** Muchas parejas ya se alistan para festejar en discotecas, restaurantes, hoteles, viajes o en teatros. Asimismo, los comerciantes se frotan las manos con la venta de peluches, perfumes, ropa y joyas. Pero así como hay miles de novios, enamorados, esposos o salientes que esperan con ansias la llegada de esa fecha, hay otros que están tristes porque no tienen pareja. **Por eso, algunos acuden a las webs de citas para encontrar a su media naranja, sin ponerse a pensar en el peligro que podría acecharles.** Hay que tener mucho cuidado. Uno no sabe con qué loco se encontrará. Ya sé que para muchas personas duele estar solo. Algunos gozan con su soledad, pero son pocos. Al ser humano le gusta andar en compañía.
En las aplicaciones de citas, la gente miente o se presenta como la pareja ideal con tal de ligar con alguien. **Por eso, es probable que nos encontremos con algún estafador, golpeador o violador.** Hace un tiempo se conoció el caso de una boliviana que conocía hombres de esa manera. Ella los invitaba a los mejores restaurantes, donde pagaba la abultada cuenta. Así se hacía pasar como una persona exitosa. Luego de unos meses de relación, pedía iniciar con su víctima una vida juntos. Entonces les planteaba comprar entre ambos un departamento. La víctima daba su parte de la inicial o las mensualidades. Al cabo de un tiempo, la mujer desaparecía. En otros casos aprovechaba para pedir préstamos a los familiares de su pareja por miles de dólares. Una vez con una gran cantidad, se hacía humo. **Salir con desconocidos tiene sus riesgos.** No es como a la antigua, que uno salía con gente del barrio, la universidad, el colegio o con compañeros de trabajo. **Muchos conocimos a nuestras parejas en una fiesta familiar.** Uno podía seguir el rastro y averiguar cómo era. Pero en las apps de citas no pasa eso. Mucho cuidado". Me voy, cuídense.

KARRY



LOS 'TUITS' DEL DÍA



@LUCIACESPEDES72
LUCÍA CÉSPEDES
Universitario confirma el incumplimiento de términos por parte de Belgrano, lo que generó la caída de la transferencia. Rodrigo Ureña se integrará al grupo tras su llegada de Argentina.



@MARTINLEO1563
MARTINLEO1563@GMAIL.COM
¿Dónde está el ministro del Ambiente para supervisar las aguas del río Rímac, que están de color rojo?



HABLAN LOS TROMES

Vallas en las playas

Todo un escándalo se armó luego que la Municipalidad de Barranco decidió colocar vallas entre las playas Agua Dulce y Las Sombrillas a fin de controlar el ingreso de vendedores ambulantes a esta última. Bueno, en principio la ley señala que las playas son espacios públicos. Sin embargo, es necesario efectuar un control ante la gran cantidad de personas, en especial los fines de semana.

Rufijo Guerra García
Vecino de Chorrillos

La Municipalidad de Barranco indicó que es para controlar a los comerciantes. Chorrillos ha pedido una explicación a la alcaldesa barranquina. Debería haber un consenso entre todos los municipios para dar orden, seguridad y salubridad a los balnearios.

Opina de Antauro Humala

Muy bien que se haya impedido participar en las próximas elecciones a Antauro Humala, un exmilitar condenado por el asesinato de cuatro policías en el 'Andahuaylazo'. Pero esto no debería quedar allí. El etnocacerista anunció que planea meter una gran cantidad de congresistas en los comicios venideros. Con una fuerte bancada puede controlar a los organismos electorales. No todo está dicho.

Juan Alfonso Díaz
Vecino de San Luis

Antauro Humala y Martín Vizcarra realizan campaña pese a que registran impedimentos. Estrategias generan confusión y no lograrían endoses de votos, según politólogos. Por lo pronto, el Frepap descartó una alianza con el etnocacerista para el 2026.

EMERGENCIAS

Bomberos	116	Escuadrón verde	4276904
Emergencias	105	Luz del Sur	6175000
Defensa Civil	115	Sedapal	3178000
Essalud	4118000	Indecopi	2247777
Águilas Negras	3623277	Pluz Energía	5171717



EMBARQUE SEGURO
VIAJE mejor!



Más de 30 destinos al sur Y más de 19 empresas de transporte







Síguenos en:



www.granterminalterrestre.com



GRAN TERMINAL TERRESTRE
Plaza Norte

Panamericana Norte - Tomás Valle - Túpac Amaru, Lima

DIVULGAN AUDIOS DEL TEMIBLE 'GATO COTÉ', CUYA BANDA CRIMINAL SE VIO AFECTADA POR LOS OPERATIVOS DEL OFICIAL

SEPA QUE...

- Integrantes de la banda criminal venezolana 'Tren de Aragua' también planificaron matar al coronel Víctor Revoredo.
- Wanda del Valle Bermúdez Viera, 'La Bebecita del Crimen', es procesada por haber ofrecido fuertes sumas de dinero para asesinar al oficial.

'GATO COTÉ'

'CHIMINO'

EN TRUJILLO

OFRECÍAN 300 MIL SOLES PARA MATAR AL CORONEL REVOREDO

Otra vez en la mira. Cabecillas de las bandas criminales de Trujillo planificaron asesinar al coronel de la Policía, Víctor Revoredo Farfán, cuando trabajó en la capital de La Libertad. Ofrecieron pagar 300 mil soles para acabar con su vida.

El malévolo plan se conoció tras hacerse pública la conversación telefónica de Josué Oliver Blas Lezama, 'Gato Coté', exjefe de la banda criminal 'La Gran Alianza', y un sicario de una facción de la red criminal 'Los Pulpos', apodado 'Chimino'.

Las coordinaciones entre los delincuentes se dio antes del 7 de setiembre del 2024, fecha en que mataron a 'Gato Coté' en Colombia.

"...mira, yo estoy dispuesto a darte hasta 300 mil soles", dijo 'Gato Coté'.

'Chimino' contestó: "Por la cabeza de ese que estás diciendo, por el Re (Revoredo), el que está haciendo la ca... en Trujillo, el tombo".

Buscaba aliarse con 'Jhonsson Smit', de 'Los Pulpos', para perpetrar el atentado

En el diálogo, 'Gato Coté' propone a 'Chimino' que hable con Jhonsson Smit Cruz Torres, cabecilla de 'Los Pulpos', para asesinar al oficial.

"Pero dile a Jhonsson que lo haga, yo también puedo colaborar, no hay problema", indicó 'Gato Coté'. También afirmó: "Si es así, juntar un billete para que el coronel 'se vaya de viaje', lo pongo, porque a mí también está que 'me quema'".

Al final del diálogo, 'Gato Coté' insistió: "Si quiere le puedo dar un dinero (a Jhonsson), 200 mil, 300 mil soles, pero si lo va a hacer".

'Chimino' dijo: "Si se hace una bolsa, se hace entre todos".

Hasta diciembre del 2024, el coronel Revoredo fue jefe de la Brigada Especial Contra la Criminalidad Nacional y Extranjera en Trujillo. Luego fue designado agregado policial en Chile, pero hoy sigue en Lima.

MANDA LA DELINCUENCIA

El analista Rubén Vargas dijo que en Trujillo "quien manda es el crimen organizado, y la autoridad pública es simplemente nominal". (E. Cirilo)

'JHONSSON SMIT'

CAUSAN TERROR

Detonan bombazo en clínica dental



Un delincuente detonó un potente explosivo en el frontis de una clínica dental en Villa El Salvador, causando daños materiales y gran temor en los vecinos.

Una cámara de videovigilancia captó cuando un sujeto encapuchado dejó el artefacto explosivo en la puerta del centro odontológico Dres. Berríos & Odontólogos, ubicado en la calle seis, sector 2, grupo 8.

El doctor Carlos Berríos, dueño de la clínica dental, manifestó que no ha recibido amenazas o mensajes extorsivos. Pidió garantías. (E. Cirilo)

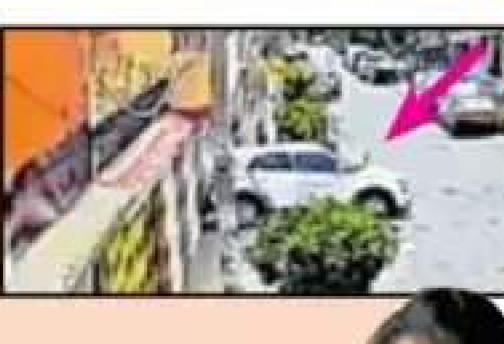
'MÁGICO'

Lo chapan con 2 armas

Un peligroso sujeto que en 2017 estuvo en la lista de los delincuentes más buscados fue capturado y en su casa tenía dos armas de fuego, un kilo de marihuana y máscara del personaje de terror 'It'. Angelo Cámac Vásquez (34), 'Mágico', cayó en Mi Perú. Según la Policía del Callao, se dedicaría a la extorsión, venta de drogas y otros ilícitos. El 2017 fue arrestado y el Gobierno ofrecía 15 mil soles por su captura. (E. Cirilo)

DE 'LAS LECHUZAS DE LIMA'

Atrapan a 'Cata' por robo de casas



La cabecilla de la banda de robacasas 'Las Lechuzas de Lima', con amplio historial delictivo, otra vez fue detenida, en El Agustino.

Detectives Antirrobos de la Dirincri arrestaron a Aurora Catalina Quiroz Ventura (34), 'Cata', cuando iba a subir a un taxi, en el cruce de la avenida 1 de Mayo y la calle Cisneros. Se le halló un destornillador grande, una pata de cabra, un gorro y un celular robado.

En un bolso tenía dos placas de rodaje imantadas, que son las usadas en el robo de joyas, televisores, PlayStation, tablets y platería, por 17 mil soles, en una vivienda del jirón Acuario, urbanización Mercurio, Los Olivos, el 19 de enero. (E. Cirilo)



AURORA QUIROZ (34)

Z5Y-677

ENTRETENIMIENTO Y LA MEJOR INFORMACIÓN



CON RODRIGO GONZÁLEZ Y GIGI MITRE

2:00 pm
Lunes a viernes





UN DÍA EN EL MALL

4:20 pm
Lunes a viernes



AL DÍA CON WILLAX

6:00 am
Lunes a viernes



WILLAX MEDIODÍA

12:00 pm
Lunes a viernes



6:50pm
Lunes a viernes



CON AUGUSTO THORNDIKE

7:55 pm
Lunes a viernes



Milagros Leiva

8:55 pm
Lunes a viernes



CRÓNICAS DE IMPACTO

ENTRETENIMIENTO Y ACTUALIDAD CON UN ESTILO DIFERENTE

CON VALERIA FLÓREZ Y ANDREA ARANA

10:00 pm
Lunes a viernes



5:05 pm
Lunes a viernes



WD
Willax Deportes

7:55 pm
ESTE DOMINGO 9



CON JAVIER LUNA

11:00 pm
Domingos

Encuéntranos en:

SEÑAL ABIERTA	Claro TV	Movistar TV	DirecTV	BEST CABLE
1	12 512HD	12 712HD	1191HD	8



willax

RECORTA LOS CUPONES PORQUE HAY UNA LLUVIA DE DINERO PARA TI

ATENCIÓN

Si ganas en Lima Metropolitana, acércate a tu canillita de confianza y preséntale tu cartilla para que coordinen la entrega de tu premio en efectivo.



HASTA 15 MIL SOLES

¡LLÉVATE PREMIOS EN EFECTIVO!

LA ESTRELLA DEL VERANO trome

Si ya tienes tus nuevas cartillas de La Estrella del Verano, sigue juntando los cupones que publicamos a diario, pues podrías ganar uno de los más de 2800 premios que tenemos para nuestros lectores. ¡Esta promoción regala más de 200 mil soles, con cantidades en efectivo de hasta 5 mil y 15 mil soles! Piensa en todo lo que podrías hacer con tanto billetito.

¡PRUEBA TU SUERTE!

Ya estamos en la última semana de la 'promo', pero aún tenemos un montón de premiazos. ¡Aprovecha y juega! Esta es una gran oportunidad para que llenes tus bolsillos con platita contante y sonante.

1 PREMIO DE S/15,000
1 PREMIO DE S/5,000
15 PREMIOS DE S/1,000
1,000 PREMIOS DE S/100*
1,800 PREMIOS DE S/50*

FÁCIL DE JUGAR Y GANAR

→ **Los lunes** (5 en total) recibe gratis tu cartilla.
→ **Como estas** son diferentes, mientras más tengas mayores serán tus chances de ganar.
→ **Todos los días** publicamos los cupones que debes recortar y pegar en las cartillas.
→ **De lunes** a viernes son seis cupones. Los sábados y domingos salen ocho.
→ **Para ganar,** completa los cinco recuadros de la columna de una letra de tu cartilla.
→ **Si llenas la B** te llevas 15 mil soles. Si completas la I serán tuyos 5 mil soles. Lo mismo es con las letras N, G y O.

PROMOCIONES trome

COMUNICADO
"LA ESTRELLA DEL VERANO"

Querido lector, se le informa lo siguiente:

Para reclamar los premios en efectivo y giftcard de las cartillas correspondientes a la semana 4 de la promoción **"La Estrella del Verano"**, se tiene como plazo máximo hasta el **martes 11 de febrero del 2025.**

Agradecemos su comprensión.

Promociones Trome.

MÁS PAREJAS BUSCAN CELEBRAR EN HOTELES Y RESTAURANTES CON PAQUETES ROMÁNTICOS



DÍA DEL AMOR

LENCERÍA, HOSTALES Y ESCAPADITAS POR SAN VALENTÍN

Capibaras se suman a los cupidos y aumentan ventas online de regalos

POR: ISABEL MEDINA

Escapaditas, sorpresas de amor, lencería y demanda en hostales y hasta hoteles cinco estrellas serán parte del San Valentín peruano 2025. "En febrero, especialmente el mismo Día de San Valentín, muchas parejas buscan opciones para celebrar con una estadía romántica o cena especial. Se estima que la ocupación por paquetes románticos aumente 20%, comparado con meses anteriores, y un 25% respecto al mismo período del 2024, impulsado por la tendencia de celebrar en hoteles y restaurantes con servicios personalizados", dijo a Trome el director comercial y de Marketing de Casa Andina, Augusto Nakasone.

Añadió que parejas jóvenes y de mediana edad (entre 25 y 40 años) son las que más optan por este tipo de experiencias. También buscan salir a restaurantes y 'escapaditas' de viajes cortos como se ve en redes de Cieneguilla Travel y muchos más.

CAPIBARAS

Las sorpresas y locuras de amor ya no solo tendrán osos y cupidos. El capibara sorprenderá por la tendencia 'capilovers'. "Nuestro personaje realiza todo tipo de sorpresas, para niños y adultos. Para llevar alguna sorpresa o regalo. Hacemos bonitas dinámicas", nos dijo el capibara Otto, de Diamante Producciones Eventos Mágicos. También sale la Osita bomboncita a repartir sorpresas de amor. Además, las ventas online y delivery aumentarán.

SEPA QUE... Los hospedajes lucen promociones y decoración especial. "También paquetes especiales que incluyen cenas de cinco tiempos, bufé, experiencias de spa en pareja, entre otros", dijo Nakasone.

BAILAN Y JUEGAN CON AGUA

Con 'globeada' arranca carnaval de Cajamarca



Con pasacalle, alegres coplas y 'gran globeada' empezaron los festejos del carnaval de Cajamarca, cuya fiesta central es en marzo. Cientos de personas, entre adultos y niños, acudieron a la explanada del complejo Qhapaq Ñan para jugar con agua y bailar con grupos musicales.

Desde diversos barrios, caminando o en carros, fueron llevando en mochilas o en baldes los globos de agua, que lanzaban en el camino. Los comerciantes vendieron diversos artículos para refrescar por el calor, y para calmar el hambre.

LAS REINAS

Y en el pasacalle se lucieron candidatas de barrios y centros poblados que disputarán la corona de 'Reina del carnaval'. La fiesta también se vivió en el distrito Baños del Inca, donde con coplas carnavaleras, música en vivo, agua y talco, disfrutaron la primera gran globeada. Lanzaban agua en globos, chisguetes, baldes y un camión cisterna abasteció. (I.M.)

DEL PLANETA

Tamalitos peruanos entre los más ricos

El famoso portal TasteAtlas elaboró nueva lista de mejores alternativas gastronómicas, esta vez por los tamales. En ella, el tamalito peruano está entre los tres mejores del mundo.



La lista la lidera Colombia, con los tamales tolimenses, seguido de México con su corunda.

La tercera ubicación es del tamalito de Amazonas, versión peruana que "mezcla el maíz verde con manteca de cerdo", describe TasteAtlas. En cuarto lugar, Nicaragua con su Nacatamal, seguido de versiones de tamales de Guatemala, Argentina, El Salvador, México y Panamá. En el puesto 13 vuelve Perú, con tamales cusqueños, de maíz amarillo. (I.M.)

CAUSÓ PREOCUPACIÓN

Agua del río Rímac se volvió de color rojo



Las aguas del río Rímac se tornaron ayer de color rojo intenso, causando preocupación en los ciudadanos, quienes con sus teléfonos celulares grabaron y tomaron fotos del fenómeno.

El cambio de coloración se notó desde el puente Trujillo. "¡Acabo de pasar por Línea Amarilla y el río Rímac está rojo a esta altura!", escribió un internauta en redes.

En un comunicado, Sedapal garantizó 'la calidad y seguridad del agua potable suministrada a la población'. Pero no explicó el motivo del cambio de color.

SÚPER LLAMADA

Regalamos platita cada día

Participa en la Súper Llamada Ganadora, pues el próximo afortunado puedes ser tú. ¡Todos los días regalamos dinero!

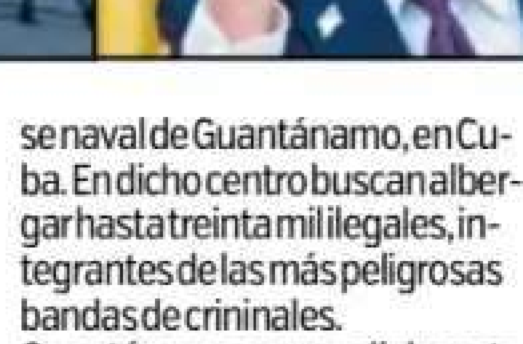
De lunes a sábado damos 200 soles, mientras que los domingos entregamos el 'Reventón semanal'. ¡Son 1500 soles en efectivo! Solo llama al **710-0260** o ingresa a **trome.com**. Hazlo a diario.

SUERTUDA

Úrsula Conroy (2060776, de San Isidro) ganó ayer los 200 soles.

LATINOS SE ENFRENTAN A TRUMP POR REDADAS DE ILEGALES

✱ESTADOS UNIDOS



Piden que cesen las deportaciones y marchan por todo el país

Por todas partes de Estados Unidos, latinos legales con nacionalidad estadounidense protestan por las masivas deportaciones de los inmigrantes ilegales iniciadas por el gobierno de Donald Trump.

Sobre todo en Los Ángeles, Nueva York, Dallas, Houston y Chicago, los hispanoparlantes acusaron de racismo al mandatario y pidieron el cese de las cacerías.

A través de redes sociales, organizaciones y creadores de contenido lanzaron una convocatoria a la comunidad latina para realizar 'un día sin inmigrantes', como parte de una protesta en contra de las duras políticas migratorias.

"No escuela, no trabajar, no comprar", era el lema.

"Ningún humano es ilegal en tierra robada", expresaron otros durante las marchas de protesta, donde destacaron la importancia de la comunidad latina en la economía y sociedad estadounidense.

En tanto, Estados Unidos mandó ayer el primer vuelo con indocumentados a la base naval de Guantánamo, en Cuba. En dicho centro buscan albergar hasta treinta mil ilegales, integrantes de las más peligrosas bandas de criminales.

Washington enviará a inmigrantes criminales, como los del **'Tren de Aragua'**, a prisiones de Guantánamo y El Salvador

Guantánamo es mundialmente conocida por ser utilizada como centro de detención para sospechosos de terrorismo tras los atentados del 11 de septiembre de 2001. Hace unos días fueron enviados allí más de 150 militares para preparar su ampliación. "La medida busca detener a los peores inmigrantes ilegales criminales que representan una amenaza para el pueblo estadounidense", dijo Trump.

'INFIERNO EN LA TIERRA'

El mandatario anunció además que los violentos criminales ilegales de todas las nacionalidades también serán trasladados a las famosas cárceles del 'infierno en la Tierra' en El Salvador. Ayer, el presidente salvadoreño, Nayib Bukele, dijo que hay un acuerdo migratorio extraordinario y sin precedentes con Estados Unidos.

SEPA QUE...

Donald Trump anunció que Estados Unidos tomará el control de la **Franja de Gaza** y hará un buen trabajo allí.



✱VOCERO PRESIDENCIAL

Ratifican impedimento de salida a Hinojosa

El Poder Judicial confirmó ayer el impedimento de salida del país por seis meses del vocero presidencial Fredy Hinojosa. El Ministerio Público informó en redes sociales que la 'Segunda Fiscalía Superior en Corrupción de Funcionarios consiguió esta medida'.

Fue tras la apelación que realizó Hinojosa al requerimiento del cuarto despacho de la Fiscalía Anticorrupción de Lima. Junto a otros once imputados se le investiga por el delito de organización criminal con fines de colusión agravada, tráfico de influencias y otros en agravio del Estado, en el marco del caso Qali Warma.

Al respecto, el vocero denunció ser víctima de una campaña mediática sin precedentes, que busca socavar su honra y reputación. Consideró que no hay nada que lo vincule con los actos ilícitos que se investigan y dijo que la sala judicial determinó que estamos ante una investigación 'incipiente'.



✱AFIRMA CONGRESISTA

Dina estuvo 3 días internada

La presidenta Dina Boluarte estuvo tres días internada en la clínica tras ser intervenida quirúrgicamente por una rinoplastía. Así lo aseguró ayer el congresista no agrupado Carlos Zevallos, miembro de la Comisión de Fiscalización.

Señaló que él y sus colegas parlamentarios tienen evidencia suficiente para iniciar un informe desde el Poder Legislativo.





✱RECHAZAN PEDIDO DE LIBERTAD

Castillo pasará 18 meses en prisión

El juez supremo Juan Carlos Checkley declaró infundado el pedido de cese de prisión preventiva planteado por la defensa de Pedro Castillo. En ese sentido, declaró la vigencia de los 18 meses de prisión preventiva que recae sobre el exmandatario.

A Castillo Terrones se le acusa de rebelión, abuso de autoridad y contra la tranquilidad pública en agravio del Estado y la sociedad tras el fallido golpe de Estado de diciembre del 2022.

El Poder Judicial informó que el juicio oral contra el expresidente iniciará el próximo 4 de marzo.



✱ANTAURO MINTIÓ

'Pescadito' desmiente alianza con Humala



El Frente Popular Agrícola FIA del Perú (Frepap) negó que esté coordinando una alianza electoral con el etnocacerista Antauro Humala, como este lo había señalado días atrás.

"Sobre las informaciones difundidas respecto a una posible alianza con algún candidato o partido político, expresamos que no existe ninguna búsqueda o conversaciones con partidos políticos", indicó la agrupación, tras pedir a la opinión pública no dejarse sorprender con declaraciones y publicaciones.

Hace unos días, luego que la Corte Suprema ratificara la ilegalidad de su agrupación A.N.T.A.U.R.O. y ordenara su disolución, Humala dijo que trabajaba para formar una alianza con el Frepap.



✱FRANCIA

Coches voladores ya tienen fecha de salida

Ocho coches voladores podrían pronto surcar los cielos: desde un helicóptero salvavidas similar a un dron hasta un avión de combate eléctrico Batimóvil. Los gigantes de la industria trabajan en el desarrollo de estos vehículos, oficialmente llamados aviones VTOL (despegue y aterrizaje vertical). La combinación futurista se presentó en una feria y ya hay 3 mil pedidos.



✱CHINA

A los 122 años muere mujer más viejita del mundo

Lin Shemu, la mujer china considerada como la más anciana del mundo, murió a los 122 años mientras dormía en su casa de la provincia de Fujian. Su cumpleaños figuraba en los documentos oficiales chinos como el 18 de junio de 1902. Esto significaría que vivió 122 años y 197 días. Además, que nació durante el período Gungxu de la dinastía Qing, mientras Theodore Roosevelt era presidente de los Estados Unidos. Tendría 10 años cuando se hundió el Titanic.

✱EE. UU.

Nicole Kidman tiene orejas de murciélago

Nicole Kidman es una belleza de Hollywood, pero sus fans descubrieron algo extraño en su apariencia: Al parecer se operó las orejas y ahora las tiene estiradas, 'como un murciélago', dicen. Ella ha negado siempre haberse sometido a operaciones estéticas, pese a las exigencias de la industria.

Sin embargo, en Reddit, un fan preguntó si habían notado los lóbulos de las orejas 'estirados' de la actriz, y escribió: "No puedo dejar de mirar sus lóbulos. ¿Es un accidente de cirugía plástica?".

✖DISTRITOS ALEJADOS DEL MAR SON LOS MÁS CALUROSOS ESTE MES DE FEBRERO

✱SEGÚN EL SENAMHI

Se viene calor de hasta 32 grados

POR: ISABEL MEDINA

Aunque amanece nublado y el Senamhi anuncia lluvias dispersas en la costa desde hoy al viernes 7 de febrero, en especial en Tumbes, Piura, Lambayeque, La Libertad, Áncash, Lima e Ica; la temperatura en la capital, sobre todo al norte y este, rondaría los 30 °C, con sensación térmica de 32 °C a 33 °C.

El lunes, La Molina reportó 31.6 °C (día muy cálido). Ayer, a las 10 de la mañana, Carabayllo marcó 29 °C y Puente Piedra 30 °C.

Lourdes Menis, especialista del Senamhi, dijo que en la costa había cielo despejado. Hoy y mañana podría lloviznar de noche y madrugada.

Abraham Levy, el 'hombre del tiempo', señaló que "en general, no es muy lluvioso este verano (aún). Por eso no hay huaicos mayores en la sierra o vías bloqueadas. Tampoco es un verano cálido en la costa por la temperatura superficial del mar".

CUÍDESE DEL SOL

Evite los golpes de calor con hidratación, también lesiones en piel, más si va a la playa. Jene Atanacio, oncólogo pediatra, indicó que no se debe exponer al sol a bebés menores de 6 meses, entre 10 de la mañana y 4 de la tarde (por radiación UV), usar sombrilla, gorros de ala ancha, lentes y bloqueador. Aplicarse 30 minutos antes de salir al sol y cada dos horas si hay contacto con agua o sudor.

SEPA QUE...

- Febrero es el mes más cálido del verano (tiene los picos más altos).
- Hasta mañana habría oleajes anómalos en litoral centro y sur, informó la Dirección de Hidrografía y Navegación.

✖Piden hidratarse en el día y no exponerse al sol entre las 10 de la mañana y 4 de la tarde

✱JUEZ SE ALISTA PARA EMITIR FALLO

Jean Deza sigue temblando



El 13 Juzgado de Investigación Preparatoria de Lima postergó la decisión respecto al pedido de nueve meses de prisión preventiva contra el jugador Jean Deza, por delito de tentativa de feminicidio. Se le acusa de golpear y desmayar a su novia Gabriela Álava en una fiesta de Año Nuevo. Sin embargo, la joven habría retrocedido en sus acusaciones, lo que favorecería al futbolista.

GABRIELA ÁLAVA

Durante la audiencia, el fiscal señaló que Deza no tiene arraigo domiciliario, afectivo o laboral, y por eso podría fugar. Gonzalo Hidalgo, abogado del chalaco, refirió que este sí tiene casa en San Miguel y vínculo afectivo con su última hija. Mostró un contrato, no inscrito en la Federación Peruana de Fútbol, con el club Santos FC. El juez indicó que pronto comunicará su decisión.

✱PARA MAÑANA

Buses y colectivos en paro de transportes



En el anunciado paro de transportistas de mañana jueves 6 de febrero, por la creciente ola de extorsiones, participarían diez mil unidades entre colectivos, mototaxis y transporte público, según Walter Carrera, de la Asutrani.

Sin embargo, Martín Ojeda, director de la Cámara de la Industria del Transporte, informó que los corredores complementarios, Metropolitano y carga pesada, no participarán.

✱EN PLAYA DE CHILCA

Con helicópteros buscan a menor



Continúa la búsqueda del adolescente que desapareció en la playa La Ensenada, en Chilca, el fin de semana. Con salvavidas y drones intentan ubicarlo, tras haberse visto que el domingo era arrastrado por la marea.

La familia Lau Torres no pierde la esperanza de hallar con vida al menor, que practicaba tabla en el momento del accidente. Pidió intensificar las labores con buzos especializados.

NAIL ART SALON

‘Nuestro plus es el servicio y los diseños artísticos’



MAMÁ TENÍA MIEDO DE LANZAR SU NEGOCIO PROPIO Y SU HIJA LA AYUDÓ A SALIR DE SU ZONA DE CONFORT

ACONSEJAN A LOS EMPRENDEDORES QUE SE CAPACITEN TODO EL TIEMPO

Carla Murguía hacía las uñas por muchos años, y a la par lo complementaba con su trabajo en una corporación, hasta que decidió, hace diez meses, dejarlo todo, y emprender el negocio propio con su hija, Nicole Vidarte. Ambas crearon **Nail Art Salon,** una propuesta muy innovadora, donde el arte es el protagonista.

Según la estadística, la mayoría de los emprendimientos que empiezan fracasan. ¿Por qué creen que sucede esto?

CARLA: Creo que es por la dejadez. El dueño del negocio tiene que estar 24/7 para resolver cualquier cosa que suceda en el local, ya cuando pase el tiempo podrá dejar a cargo a otra persona.

Hay mucha competencia en el mercado, ¿qué plus les dan a sus clientes?

NICOLE: Tuvimos una visión clara de que no sería el típico salón. El plus para un negocio es el servicio, la calidez, un buen acabado en el esmaltado en las uñas y los diseños, que son artísticos. Hacemos colaboraciones con artistas, actores y músicos.

La innovación es importante. ¿Qué novedades para este 2025?

NICOLE: Lo innovador de este año son los dijes que se colocan en las uñas, como huevos fritos, naipes, chupetes y otros. Hacemos diseños con arte, como el jaguar que dibujó mi mamá en las uñas.

¿Cuál es el perfil de clientes que visitan su local?

CARLA: Entre 25 y más de 40. Hemos notado que vienen chicas independientes, que tienen un trabajo, viven solas, les gusta el arte.

¿Es verdad que las citas están copadas?, ¿a qué se debe?

NICOLE: Sí, es verdad. Hicimos un video contando nuestra historia de madre e hija, y muchas personas se sintieron identificadas, y desde que abrimos no hemos parado de atender.

¿Cómo les va con la rentabilidad, ya que vivimos tiempos difíciles?

CARLA: Tiene sus idas y bajadas. Los meses fuertes son Fiestas Patrias y Navidad, a inicio de año baja un poco porque la gente se va a la playa.

Carla, al inicio tenías miedo. ¿Cómo fue el proceso para abrir este negocio?

Hacía uñas y trabajé 20 años en una empresa corporativa. Mi sueño era tener un salón y, desde el año pasado, lo abrimos con mi hija, quien me incentivó a salir de mi zona de confort. Estaba triste y me moría de miedo, pero sabía que iría bien porque es una muy buena propuesta.

NICOLE: Mi mamá trabajó en horario de oficina, pero aquí se dio cuenta de que se trabaja más, que no hay descansos. En los dos primeros años se tiene que trabajar duro.

¿De dónde viene esta tendencia?

NICOLE: Quisimos romper con lo tradicional. Tenemos dijes que son tendencia en Japón y los salones allá se hacen virales, y la gente viaja para vivir la experiencia, queremos que eso pase aquí.

¿Cómo manejan el tema de la higiene, que es tan importante para un negocio como este?

CARLA: Tenemos un esterilizador donde colocamos los implementos, usamos guantes y alcohol para las clientas. Contamos con unos guantes con protección UV para que las clientas metan sus manos a la lámpara.

EMPRENDE trome

IG: @katty.gines
Twitter: @ktyGines

FOTOS: LENIN TADEO

POR: KATTY GINES

RAPIDITAS

¿QUÉ DEBO TENER EN CUENTA SI VOY A TENER UN NEGOCIO DE UÑAS?

- **Es importante tener conocimiento del rubro en el que van a estar. Y deben capacitarse todo el tiempo, ya que aparecen nuevas técnicas y tendencias.**
- **Ver en qué más pueden mejorar, en el servicio, los productos, entre otros.**

CLAMOR NACIONAL

Alianza Lima quiere iniciar hoy con pie derecho su participación en la Copa Libertadores cuando juegue ante el Tricolor en Paraguay

Asunción.- Adiós Emelec, Morón o Aucas y bienvenida la realidad. Alianza Lima acabó con la teoría y es hora de tirar la práctica a la cancha cuando esta noche se cruce con Nacional de Paraguay por la ida de la primera fase de la Copa Libertadores (7:30 p.m./ Espn/Disney+). El choque será en el estadio Arsenio Erico y será el primero en la historia entre ambas escuadras. Los íntimos regresan a una ciudad donde ya ganaron dos veces, en 2023 a Libertad (2-1) y en 2003 a Olimpia (1-0), y lo hacen con equipo completo y liderados por Paolo Guerrero y Pablo Ceppelini, el '9' y el '10' encargados del necesario gol. Esta no es la primera vez que los íntimos juegan primera ronda del torneo continental y los antecedentes no son nada agradables, porque en 2011 fueron eliminados por Jaguares de México (4-0 global) y en 2015 Huracán los sacó de carrera (4-0). Ahora de la mano del 'León' Zambrano en defensa, con 'Pipo' Gorosito en el banco y el regreso oficial, luego de más de un año, a un esquema con cuatro defensores, Alianza apuesta a golpear a una escuadra lenta en defensa y que no cuenta con buen juego aéreo.

Nacional lleva tres partidos sin ganar en la liga de Paraguay, apenas marcó un tanto, renunció su DT Víctor Bernay y hace pocas horas anunciaron a Pedro Sarabia como nuevo estratega. Una de sus figuras es el delantero Gustavo Caballero, de 23 años, y que en 2023 le convirtió a Sporting Cristal también por Libertadores. El resto del equipo, nada excepcional.

Alianza Lima lo sabe y sabe también que hoy está prohibido tropezar.

> **"Los jugadores deben sentirse como en casa y solo deben preocuparse en dejar la vida por esta camiseta".**
>
> **Paolo Guerrero, delantero de Alianza Lima**

ALIANZA EN PARAGUAY

Cerro Porteño **1-0** Alianza Lima **Libertadores 2024**
Libertad **1-2** Alianza Lima **Libertadores 2023**
Libertad **4-1** Alianza Lima **Libertadores 2012**
Olimpia **0-1** Alianza Lima **Libertadores 2003**
Cerro Porteño **2-0** Alianza Lima **Libertadores 2002**
Cerro Porteño **3-1** Alianza Lima **Libertadores 1978**

ALINEACIONES

NACIONAL: Rojas; Alfaro, Cañete, Monteagudo, Benítez; Jara, Ramírez, Quintana, Arrúa; Caballero y Duarte.
ALIANZA LIMA: Viscarra; Gómez, Zambrano, Garcés, Trauco; Noriega, Lavandeira, Quevedo, Ceppelini, Eryc Castillo; Guerrero.
ÁRBITRO: Jhon Ospina (Colombia).

DATAZOS

EN COPA LIBERTADORES, 'Pipo' Gorosito dirigió 21 partidos, de los cuales ganó 8, perdió 11 y empató dos.
EN 2023, Nacional de Paraguay eliminó a Sport Huancayo en la primera ronda de la Libertadores, pero en la segunda fase cayó ante Cristal.
LOS HINCHAS DE ALIANZA se quejaron por el alto costo de las entradas para el duelo de vuelta (de 54.90 soles a 299.90 soles).



POR: EL BOMBARDERO

DEL SAQUE somos carnecita... **HOY ARRANCA** la Copa Libertadores y hay que cruzar los dedos para que los equipos peruanos lleguen a competir y no sean pan con relleno y camote. Alianza Lima puede dar la sorpresa ante Nacional de Paraguay. Parece que esta vez la chuntaron con los refuerzos, al menos eso se vio en los amistosos de pretemporada. Pero en la cancha se ven los gallos. Que el 'Pipo' les tape la boca a los que dicen que es vago y no haga la del Chavo con las alineaciones. Sí, señores... **YA ME CONTARON** que los que manejan a la 'joya' con nombre brasileño que salió del Rímac no pudieron cerrar con un club mexicano por culpa del mismo pelotero. Es que se enteraron que estuvo jugando un campeonato de fulbito en Puente Piedra y al toque dijeron que no es profesional. En estos tiempos, los clubes te googlean hasta para conocer a tus trampitas. Ayayayayyyy... **ME CUENTAN** que el zambito que le celebra todas las bromas al '10 de la calle' estuvo haciendo de las suyas en Punta Hermosa. Llegó el domingo, brindó, bailó y contó chistes al borde del mar. Lo peor de todo es que bien 'sazonado' se puso a manejar su 'nave'. Quéeeeeee... **LA FIRME** que Jair que corta el césped ahora es un tiktoker que hace contenido todos los días con su 'firme'. No sale solo sino con su 'patrona', a la que le pide que se ponga ropa pequeñita o bien ajustadita para ganar seguidores. Al hombre solo le interesa facturar. Hummmm.. **ME AVISAN** que un gerente del club que ha ganado un torneo internacional se lleva la movilidad de donde trabaja y al 'caña' para sus huascas. Encima toma él y el encargado de transportarlo. O sea que es irresponsable al mango. Qué palta... Me voy, soy fuga.



SOLANO DIRIGIRÍA A LA BICOLOR ANTE BOLIVIA Y VENEZUELA

DOS CANCIONES Y NADA MÁS

Trabajo de jornalero. El desorden se mantiene en la FPF y ahora se estaría buscando un técnico que dirija a Perú solo en la fecha doble de Eliminatorias de marzo, contra Bolivia en Lima y Venezuela de visita. La intención es ahorrar dinero, ya que en las últimas cuatro fechas el DT sería Carlos Silvestri, actual estratega de la Sub-17. Nolberto Solano estaría más cerca de aceptar y la otra opción es Ángel Comizzo. Por su parte, Roberto Mosquera habría declinado la propuesta debido a estas condiciones.

CRISTAL BUSCA RECUPERAR NIVEL DE MAXLOREN CASTRO

RAZA Y MENTE



Terapia juvenil. Maxloren Castro se fue al Sudamericano Sub-20 como la gran promesa nacional, pero el juego del equipo y los resultados hicieron que el jugador de Sporting Cristal regrese 'bajoneado' y con poco ritmo, ya que de titular pasó a suplente y en el club rimense quieren recuperarlo. Se conoció que el 'coach' del equipo, el departamento de psicología y el propio Julio César Uribe dedican sus horas para hablar con el juvenil de 17 años y hacer que regrese a su mejor versión. Además, Castro deberá remarla desde atrás ya que por ahora Misael Sosa y Fernando Pacheco, en ese orden, están por delante de él en el once inicialista.



BENAVENTE FUERA DEL ONCE EN SPORT BOYS PARA EL DOMINGO

PUERTO DOLORES

La de siempre. Si en 2024 Cristian Benavente apenas jugó ocho partidos con Sport Boys, este año va camino a un registro similar y ya empezó quedándose fuera del once titular para el duelo del domingo ante Juan Pablo II en el Callao. El técnico Cristian Paulucci resolvió que el 'Chaval' no está para los 90 minutos, así que le daría la chance a otro futbolista con mejor rendimiento, hasta que el mediocampista mejore en sus métricas.



DE VUELTA AL BARRIO

Rodrigo Ureña regresa a Universitario porque hubo problemas con el pago que debía hacer Belgrano

Córdoba.- Se bajó del barco 'Pirata'. Rodrigo Ureña volverá a aguas de Universitario de Deportes, luego que surgieran problemas con Belgrano de Argentina, club que parecía tener atado al volante.

El chileno tendría que arribar hoy o mañana con las mismas maletas con las que se fue y pese a que ya había pasado reconocimiento médico y, según prensa local, hoy debía entrenar con el 'Pirata'. Al parecer hubo algunos movimientos en el contrato que no le gustaron al mediocampista y temas logísticos, como el de la vivienda que tendría o el colegio de sus hijos, que le causaron cierta incomodidad. Pero la razón más importante fue que Belgrano no abonó a tiempo los 600 mil dólares que debía pagar a Universitario para hacerse con el jugador y todo pese a que intentó apoyarse en un banco ayer por la tarde.

Por ello, la 'U' no demoró en explicar el hecho y confirmar que Rodrigo Ureña seguirá siendo parte del equipo de Fabián Bustos.

"Se envió una comunicación formal a Belgrano, notificando que, debido al incumplimiento de los términos pactados, la oferta por la liberación del jugador ha quedado sin efecto", mencionó el cuadro crema en un comunicado, generando la alegría de los hinchas, que consideran al chileno como pieza fundamental del equipo.

DATAZOS

RODRIGO UREÑA tuvo un entredicho en redes sociales con el periodista arge César Luis Merlo debido al tema con Belgrano.

UNIVERSITARIO QUEDÓ sembrado junto a Belgrano, Metropolitanos de Vene la y Fortaleza de Colombia en la Copa Libertadores Sub-20 de este 2025.

"Me quedo con esto, con lo que tengo, con los que me llevaron a ser bicampe con los que ganamos los dos torneos el año pasado".

Fabián Bustos, técnico de

Ofertas de Verano









Plaza Norte · Mall del Sur

EXCLUSIVO CON TARJETA W















DADO regalón de San Valentín

Plaza Norte · Mall del Sur

Lance y GANE al instante

Mostrando su sticket de compras mínimas de S/30



HASTA 16 DE FEBRERO (DE 3PM A 9PM.)

*Válido solo para compras del día. Los tickets no son acumulables. No participa Expomotor.





ntino
ezue-
ón,
la 'U'



✱RENATO TAPIA SE LAS VE CON REAL MADRID EN COPA DEL REY

SEGURO EN LA REVANCHA

Madrid.- A saldar deudas. Si en la liga española Renato Tapia y el Leganés cayeron goleados 3-0 de locales por Real Madrid, hoy tendrán la revancha en sus manos cuando reciban a los merengues en los cuartos de final de la Copa del Rey a partido único (3:00 p.m./DTV-610). El club del peruano lanzó un irónico posteo donde dijo que será un "partido VARbaro", en referencia a las quejas del Madrid por el último arbitraje que sufrió. En el cuadro 'blanco' no jugarán Jude Bellingham ni Kylian Mbappé debido a lesiones. Ayer, Atlético Madrid goleó 5-0 a Getafe y pasó a semifinales.

Santos.- Juntos son dinamita. Neymar no demoró mucho en encontrar un complemento futbolístico en el Santos y este no es otro que el venezolano Yeferson Soteldo. El brasileño y el jugador de la Vinotinto comparten tiros libres, penales, recrean jugadas y se lo pasan de lo lindo en las prácticas, donde Ney ha sorprendido a todos con su buen estado físico y ritmo. Por ello, el crack jugará hoy 30 minutos ante Botafogo SP (7:30 p.m.) por el torneo Paulista, en lo que será su regreso oficial al Santos luego de doce años.



✱NEYMAR ENCONTRÓ SOCIO EN VENEZOLANO SOTELDO

CAIPIRINHA Y VINOTINTO

➜HOY DE CUMPLE

LO DEJÓ 'CHATO'

✖Cristiano Ronaldo dijo que es el mejor jugador de la historia por sobre Lionel Messi

Riad.- Cristiano Ronaldo cumple hoy 40 años y decidió 'autorregalarse' más de un elogio en una entrevista con su amigo Edu Aguirre. El portugués sorprendió a todos ya que por primera vez reveló cuál es, a su criterio, su lugar en el fútbol. "El mejor de la historia soy yo. Los números están ahí. El mayor goleador de la historia soy yo. No siendo zurdo, estoy en el top 10 de la historia en goles con la izquierda. Son números, soy el jugador más completo que ha existido. Juego bien de cabeza, tiro bien faltas, soy rápido, soy fuerte, salto mucho... No vi nadie mejor que yo", expresó 'CR7' haciendo a un lado cualquier comparación con Lionel Messi, a quien envió un 'dardo'. "Es una realidad diferente cuando la gente habla de Arabia y cuando habla de Estados Unidos. ¿Es peor liga la MLS?, obvio", dijo Ronaldo. El jugador del Al-Nassr también contó que pudo llegar al Barcelona cuando recién empezaba su carrera. "Estuve con una persona del club y quiso contratarme, pero no pasó. Me querían fichar, pero me llevó el Manchester United", refirió el cumpleañero.

CRISTIANO POR TRES

"Me gustaba más hacer gol en el Camp Nou que en el Bernabéu, porque los mandaba callar".

"Mi salida del Madrid no me desgastó. El presidente aceptó mi salida, aunque no se portó muy bien conmigo negociando".

"No hay credibilidad en el Balón de Oro, yo lo he sentido muchas veces y sentí rabia. Con el tiempo lo entendí, son luchas que no puedes ganar".



DATAZOS

✱**LA CONFEDERACIÓN BRASILEÑA** de Fútbol renovó con Nike hasta 2038 y recibirá 100 millones de dólares.

✱**EL EXPORTERO IKER CASILLAS,** vinculado a modelos de Onlyfans, emitió un comunicado donde pidió que respeten su privacidad.

✱**EN EL INICIO** del hexagonal del Sudamericano Sub-20, Argentina venció 2-1 a Chile y Brasil 1-0 a Uruguay.

DAME OTRA RONDA

Cuando todos lo veían en junio con la camiseta del Real Madrid, el lateral Alphonso Davies renovó contrato hasta el 2030 con Bayern Múnich. Con su nuevo vínculo, el canadiense pasará a cobrar 15 millones de euros limpios al año y además recibirá una prima de fichaje de 20 millones de euros repartida en cinco años.



TODO POR AMOR

El delantero colombiano Jhon Durán, flamante fichaje del Al-Nassr de 'CR7', deberá vivir en Baréin y volar todos los días una hora y media a Arabia Saudita para entrenar, debido a su novia Ángela Capella. Esto porque el país saudí prohíbe que parejas no casadas vivan juntas.



Andrea a Magaly:

QUÉ PENA, LA CHOTEARON

Andrea Llosa salió al frente para aclarar los ataques de Magaly Medina, luego que minimizó su entrevista con Christian Cueva y la llamó un 'talento sin talento', por 'quitarle' al invitado.

Andrea, luego de tu entrevista a Cueva, en las redes sociales comentaron que le 'limpiaste la cara' y después vino toda la reacción de Magaly Medina, ¿cómo te sientes ante esta situación?

Hay gente a la que le gustó y gente a la que no. Para mí fue una entrevista respetuosa, porque uno también tiene que aprender a comportarse, de eso se trata la vida. Me siento bastante satisfecha con la entrevista, fue hecha con respeto, ahora él puede decir lo que le dé la gana, es su versión.

Claro, si siguió mintiendo es su tema...

Bueno, no le voy a decir mentiroso, parare irme. Cada quien puede decir lo que quiera, yo pregunto, aquí lo importante es que nadie le robó nada a nadie porque nadie le pertenece a nadie, en primer lugar. En segundo lugar, que no se le paga a nadie; en tercer lugar, que él me escribió y luego mi productora se comunicó con su jefe de prensa y se quedó en viajar a Cusco, fui con dos cámaras, lo entrevisté y volví el mismo día.

¿Sabías que la producción de Magaly estaba negociando con él?

No tenía idea. Estaba de vacaciones en Cartagena cuando él me escribe.

¿No te metiste en esa negociación?, porque Magaly afirmó que le quitaste al invitado para hacer una entrevista que dio pena y lástima...

Nadie le roba nada a nadie, el entrevistado elige con quién quiere charlar, él eligió salir conmigo y, bueno, hay que aprender, qué pena que la chotearon, es como en el amor, a veces te eligen, a veces no. Qué pena que no tenga tolerancia a la frustración.

> ✖Dice que **Cueva la buscó a ella para que lo entreviste** y no le 'robó nada a nadie'

Comentó que fue una falta de respeto lo que hizo el canal con ella.

Falta de respeto es lo que ella hizo cuando estuvo con Robotín, porque él vino a mi programa en busca de tres ADN y se lo llevó a su set, y bloqueó toda comunicación con mi producción, también pasó con el caso de Dayanita, que nos buscó para saber, con un ADN, si tenía un hijo en el oriente, eso no cuenta. Ahí no tuvo el mínimo respeto por un trabajo que estábamos haciendo y luego salió en pantalla, que por cierto usa para despotricar, que nos metimos en su caso. Ella se mete con toda la gente del canal, cree que la pantalla le pertenece, les falta el respeto a todos, a Pamela Vértiz, a los reporteros de 'Día D', Ely Yutronic, a Jorge Benavides... que es su casa, sí, pero también es mi casa y de todos los mencionados. Se cree la directora del colegio, es la envidiosa de la 'promo', la que no tiene amigos, la que come sola en el recreo.

¿Es cierto que Magaly tiene por cláusula de contrato que solo ella toca los temas de farándula en el canal?

Ja, ja, ja. No tengo la menor idea, pero es evidente que no lo tiene.

Sientes que fue agresiva al comentar que eres un 'talento sin talento' y que grabas cinco programas en un día y le entregas un contenido, de colchón, desgastado.

No pues, cinco al día no podría, pero eso no es cierto y yo no tengo por qué rendirle cuentas a ella, solo le rindo cuentas a la gerencia y la gerencia está bastante contenta. Por otro lado, viniendo de ella, ¿tú crees que me va a importar lo que diga o no diga o que me quite el sueño? Además, la televisión es un negocio y ella no es nueva, ya debería de saberlo.

Magaly también dijo que deseas quedarte en su horario.

Esos son los berrinches que tiene y no me quiero quedar con su programa ni su horario, que se relaje, le voy a mandar un mensaje: Confía en ti, eres una mujer empoderada, mírate al espejo, saca lo mejor de ti, vamos que tú puedes...

Ha dicho que este año se queda y que el próximo lo va a evaluar.

Esa es una decisión de cada uno, pero que no se vaya, que se quede.

Este problema que ustedes tienen...

Nunca he tenido problemas con ella y si cree que lo tenemos que venga a mi oficina, estoy a 15 minutos, lo conversamos y solucionamos. (Carla Chévez)

> ✖Asegura que **'Urraca' se cree la directora del colegio,** hace berrinches y ataca a Pamela Vértiz, a Ely Yutronic, JB y le aconseja que se relaje



Natalie: Hay que ser auténticas

> ✖Afirma que no le gusta compararse con nadie

Natalie Vértiz aseguró que ella no se compara con nadie y trabaja muy duro para lograr sus sueños.

"Siempre he sido de las personas que no les gusta compararse con los demás. Si bien es cierto hay personas que me inspiran mucho, no me gusta compararme porque cuando uno empieza a hacerlo y a mirar otros horizontes, ves más tus debilidades que tus virtudes", dijo la conductora en el podcast 'Voces poderosas' de Yanbal.

De otro lado, señaló que ella trabaja duro, pero le da calidad de tiempo a su familia.

"Es importante trabajar en nuestro amor propio y en lo que nos hace auténticas. Me gusta trabajar para cumplir mis metas y sueños. Pero también me gusta darles prioridad a las cosas más importantes, estar en mi casa y con mis hijos", añadió.

Juan Carlos y Ximena fluyen

Los actores Juan Carlos Rey de Castro y Ximena Palomino son los protagonistas de la cinta 'No te mueras por mí', que se estrena el 3 de abril a nivel nacional.

Juan Carlos, quien le da vida a Cristóbal, afirmó que ha hecho una gran 'química' con Ximena.

"Esta cinta cuenta una gran historia, es una película romántica que luego dará un giro inesperado. Además, es la primera vez que trabajo con Ximena, y hemos hecho una gran 'química' para trabajar, hemos logrado que todo fluya muy bien en las grabaciones", indicó.

> ✖En película 'No te mueras por mí' que se estrena en abril

Por su parte, Ximena señaló que ha tenido que prepararse mucho para este nuevo reto.

"Formamos un equipo hermoso, es un gran proyecto, prepararme para este rol fue muy duro", dijo.



Mayra sin roches con Amy

✖Dice que lo de Nesty ya pasó

Mayra Goñi aseguró que no tiene problemas con Amy Gutiérrez después de que afirmó, hace años, que la salsera quería 'chapar' a Nesty, su expareja. "Me he vuelto a encontrar con Amy y la he saludado normal. Lo que dije fue hace años, yo era más joven, es innecesario tocar ese tema", expresó Mayra en 'Amor y fuego'. Luego, prefirió no opinar sobre la acusación de la bailarina Claudia López contra Amy por 'meterse' con su novio a pesar de ser amigas.

Cint G raya con helados artesanales

✖Con eso paga su carrera artística



Cint G está contenta con la venta de sus Helados Pop, pues con el dinero que gana solventa su faceta musical. "Lancé mis helados el fin de semana, son artesanales y los vendo por delivery. Es mi nuevo emprendimiento que cuenta con RUC y registro sanitario, porque vendo cosas buenas como con mis panetones y en unos días sacaré mis chocotejas por el Día de San Valentín. Todo lo que hago es por lo legal, no hago lavado como otros. El dinero que es para financiar mi carrera", aclaró. (J. Lino)

Daniela: EL 'LOCO' QUERÍA CAERLE A VANIA

✖Cillóniz cuenta cómo fue la juerga que tuvo con Vargas y Bludau en la suite de un hotel de San Isidro

✖Dice que hubo mucho champán y whisky y se quedaron hasta el día siguiente

Daniela Cillóniz es la nueva invitada de 'Café con la Chévez' y recordó el encuentro que tuvo con el 'Loco' Vargas y Vania Bludau para comer en un exclusivo hotel y terminó con una juerga en una de las suites.

"El Loco ya no estaba con Tilsa. No me acuerdo bien quién me llamó, si fue el Chino Take o un amigo del Loco. Me dijo para hacer algo con una amiga, para encontrarnos con el Loco, y le dije: ¿Vania, quieres ir a comer con el Loco? Y me dijo 'ya'. Nos sentamos a comer y terminó en un juergón", recordó.

¿No es que el Loco pidió específicamente que llevaras a Vania?

Sí, me dijo lleva a una amiga, podría ser Vania Bludau.

Vania es un mujerón...

Nos divertimos bastante... Justamente íbamos a comer y después alquila la suite, para seguirla. Era como un departamento, tenía sala, comedor y era como un lugar privado, para seguir bailando. Pero no pasó nada, al menos la verdad no vi nada.

¿Se quedaron hasta el otro día?

Sí, el Loco tirado quedó, ahí durmiendo...

Es rumor, que Vania se queda, tú te vas, ¿es cierto?

Creo que sí. Al día siguiente me tenía que ir, tenía que trabajar y me fui y creo que ella también al rato se fue. Ya no sé qué habrá pasado...

Se decía que él le había regalado un anillo...

Ah, no sé. En ese momento le regaló whisky más bien...

¿Pura etiqueta negra?

Sí y azul seguro, sacó un champán de esos carísimos me acuerdo...

¿Un Dom Pérignon...?

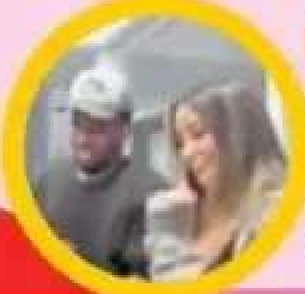
Esos, yo contenta. Ya me acordé, me mintieron, porque el Loco estaba acá con el equipo de la Fiorentina, había venido a Lima a jugar y les digo ya, yo te saco a Vania, pero tú sácame un jugador de la Fiorentina, para conocer a estos chicos tan guapos. Nada, apareció con su gente de Magdalena, unos 'pirañas'.

¿Y el Loco le quería caer a Vania?

Sí, pero Vania no le hacía mucho caso, lo choteaba, al menos delante de mí. Eso es lo que yo vi. Si después habrá pasado algo, no tengo idea.

Rebeca a Farfán: Te toca que la oficialices

✖Escribens vacila a 'Foquita' luego que Xiomy dijo 'lo que se ve no se pregunta'



Rebeca Escribens afirmó, al saber que Xiomy Kanashiro oficializó su relación con Jefferson Farfán, luego que los ampayaron besándose, que el futbolista debería hacer lo mismo.

"Si ella (Xiomy), al mismo estilo de Juan Gabriel, ya dijo que 'lo que se ve no se pregunta', ya está, para qué más. El amor está ahí, ahora te toca a ti, Jefferson Farfán, hacer lo mismo y celebrar el amor", expresó en Espectáculos de verano.

Como se sabe, Farfán, semanas atrás, celebró el cumpleaños número 27 de Xiomy en el 'Búnker' y él mismo cogió la torta para que la bailarina apague la vela. Además, fueron filmados pasando un día de verano en una playa del sur.

Pero la confirmación de la relación se dio luego que Magaly Medina presentó imágenes, que son de octubre del año pasado, de la parejita en una playa del norte.



HOLA, MI BARRUNTO. Llego embaladita para contarles los últimos chismes de Chollywood... **MARÍA PÍA COPELLO** reveló que hace un tiempo pensó en aumentar la familia, pero después conversó con su esposo y decidieron 'cerrar la fábrica' ya que sus hijos están grandes. Lo que sí le gustaría es renovar sus votos matrimoniales. Esoo... **ALEJANDRA BAIGORRIA** aseguró que después de la boda con **SAID PALAO** buscarán al Saidcito. Asuuu... **ERICK ELERA** viajó a China para grabar algunas escenas de 'Al fondo hay sitio' y lo hizo acompañado de su hija Flavia y dijo que esta será una nueva aventura con su princesa. Buena... El cantante **CHECHITO** contó que se hizo un 'retoquito' en la nariz para lograr una armonización facial. ¿Juat?... **MÓNICA CABREJOS** estuvo en una playa nudista de Jamaica y se sintió muy liberada paseando por la arena como Eva en el paraíso. Asuuu... **FERNANDO ARMAS** publicó un post preguntando dónde podía gritar, saltar, reír y hacer coj... para que le den comida gratis como a **SPEED.** Qué buena... **LESLIE SHAW** les regaló a sus fans un video bailando en el tubo donde demostró que está en forma. Bien ahí... Somos fuga porque mi amorcito está listo para que le mueva las caderas como Shakira... Suuuaaveee.

Roxana CONTENTA EN 'OCHO LOCOS'

Defiende al programa de críticas de cibernautas que lo han comparado con 'La banda del Chino'

Dice que hay que preocuparse cuando no hablen de uno y está feliz al lado de Aldo Miyashiro y Giovanna Valcárcel

"Cuando no hablen, preocúpate", fue la respuesta de Roxana Molina ante las críticas que ha recibido el estreno del programa 'Ocho locos', pues en redes los usuarios han señalado que es igual a 'La banda del Chino'.

"Sinceramente no he visto (las críticas), pero sospecho que siempre habrá quien critique. El lunes recién empezamos, pero ya van a ver lo nuevo, porque vienen cosas bonitas y divertidas", dijo.

¿Cómo se dio tu ingreso?

Me llamaron, quedé de una y estoy agradecida por la oportunidad. El ambiente es genial y superdivertido.

¿Qué tal la 'química' con Aldo Miyashiro?

Buenísima, es superdivertido y, sobre todo, está abierto a enseñarme junto a Giovanna Valcárcel.

¿Vas a salir a hacer notas a la calle?

Hasta donde sé, no, pero feliz de hacerlo para agarrar cancha, estar conectada con la gente.

¿Qué opinas que a tus ahora compañeros los han tildado de 'mataprogramas'?

Solo puedo decir que la gente siempre va a hablar ya sea bueno o malo. Estoy agradecida con la gente que apoya esta nueva etapa y pues a quienes critican solo darles las gracias también, a las finales, como bien dicen, cuando no hablen, preocúpate. (J. Lino)

Rating

LUNES	
Esto es guerra	13.9
Nina de azúcar	10.1
Magaly TeVe: la firme	9.5
Andrea	6.0
Mande quien mande	6.0
Ocho locos	5.0

Susana y Paco se 'casaron'

La cantante de Corazón Serrano, Susana Alvarado, estuvo en el programa 'Qumbias y risas' de Edwin Sierra, donde se 'casó' simbólicamente con Paco Bazán.

Fue el presentador quien 'unió' a la parejita con un gigantesco hilo rojo y en ese instante le preguntó a Bazán si aceptaba casarse, a lo que el exarquero respondió: "Acepto cuidarla para toda la vida". Luego, Susana dijo en 'Mande quien mande', que es 'amiga' de Bazán.

Fue 'simbólicamente' en programa radial de Edwin Sierra

Jimmy voló a China

Grabará para 'Al fondo hay sitio'

El actor Jorge Guerra, Jimmy de 'Al fondo hay sitio', viajó a China con Erick Elera y Karime Scander, y una delegación de 14 personas de producción y personal técnico, quienes durante dos semanas realizarán grabaciones en las ciudades de Shanghái, Beijing, Fuzhou y Dongguan.

"Es mi primera vez en China. Fue una total sorpresa, no esperaba en mi vida ir a China", dijo Jorge Guerra antes de subir al avión que lo llevará al país asiático.

"Siempre soy muy curioso cuando voy a un lugar nuevo, conocer a su gente, el idioma, siento que voy a aprender bastante", añadió.

La nueva temporada de 'Al fondo hay sitio' se estrenaría en marzo.





Chikiplum saca pecho por imitación de Cueva



Y al público le gustaba en JB

El cómico Chikiplum, José Luis Ríos, agradeció al público por elogiar la imitación que hacía de Christian Cueva en 'JB en ATV', pero pidió que no minimicen la que hoy hacen sus compañeros en el programa cómico.

"A veces veo el programa, vi la imitación de Dany y la de Adán Chumbipuma, se parece a Cueva, es más, él la hacía antes de que yo ingresara al elenco. Estoy agradecido con el público porque comentan que les gusta mi imitación, lo aprecio mucho, las imitaciones son distintas, nadie puede ser igual al otro porque cada uno tiene su estilo", respondió Chikiplum, quien regresó a 'La casa de la comedia'. (J. Lino)

familia

Agua con fruta

Si estás aburrido del agua normal... ¡Prueba el agua de sabores! Algunas de las mejores combinaciones son: fresa y menta, durazno y sábila, pepino y albahaca. Son saludables y deliciosas.



Lavanda

Cuando tengas un día estresante, pon un poco de aceite de lavanda en tus sienes y muñecas para relajarte. Calmará tu ansiedad y podrás continuar con tus obligaciones.



Frases bonitas

¿Quieres empezar el día recargado de energía? Entonces escribe afirmaciones positivas como 'Mereces paz y armonía', 'Con buena actitud todo irá mejor' en notas adhesivas y ponlas en lugares visibles.



TIENE PODEROSOS ANTIOXIDANTES

BENEFICIOS DEL TÉ VERDE EN TU CUERPO

POR: ESTEFANY VALLADARES

Además de ser un gran aliado para bajar de peso debido a que acelera nuestro metabolismo, el máximo potencial del té verde está en sus antioxidantes, los cuales nos ayudan a prevenir enfermedades como cáncer, párkinson y alzhéimer. Expertos del blog Cuerpo y Mente enlistan cinco bondades del té verde en nuestro organismo.



1. CUIDA EL CEREBRO. Como tiene cafeína y L-teanina, favorece el estado de alerta pero sin afectar tus nervios (como el café). Y previene notoriamente el desarrollo de párkinson y alzhéimer.

2. ALIADO PARA BAJAR DE PESO. Estimula el metabolismo y ayuda a quemar calorías y grasa rápidamente. Por eso, es muy usado en dietas.

3. AUMENTA EL RENDIMIENTO FÍSICO. Se considera un suplemento ergogénico que ayuda a reducir la fatiga y aumentar la resistencia deportiva.

4. COMBATE EL CÁNCER. Los polifenoles y antioxidantes del té verde pueden frenar el riesgo de cáncer de mama, colon y próstata.

5. PREVIENE INFARTOS. El consumo regular de té verde baja los niveles de colesterol LDL (llamado 'colesterol malo') y triglicéridos, previniendo males cardiovasculares como infartos.

Es un aliado **para bajar de peso y prevenir enfermedades** como párkinson y alzhéimer

SABÍAS QUE...

Otra de las importantes propiedades del té verde es que mejora la sensibilidad a la insulina y reduce los niveles de azúcar en sangre, minimizando las posibilidades de desarrollar diabetes tipo 2.

¿CÓMO CONSUMIRLO?

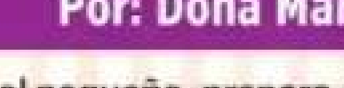
Té verde clásico. Solo necesitarás agua caliente y hojas de té verde, polvo o filtrante, dejarlo reposar por tres minutos y listo.

Refresco de té verde con limón. Repite la opción anterior, pero agrega cubos de hielo y zumo de limón.

Latte de té verde. En un vaso echa leche helada, hielo, una cucharadita de té verde en polvo, y remueve muy bien.

LA RECETA DE HOY

Por: Doña Marmita



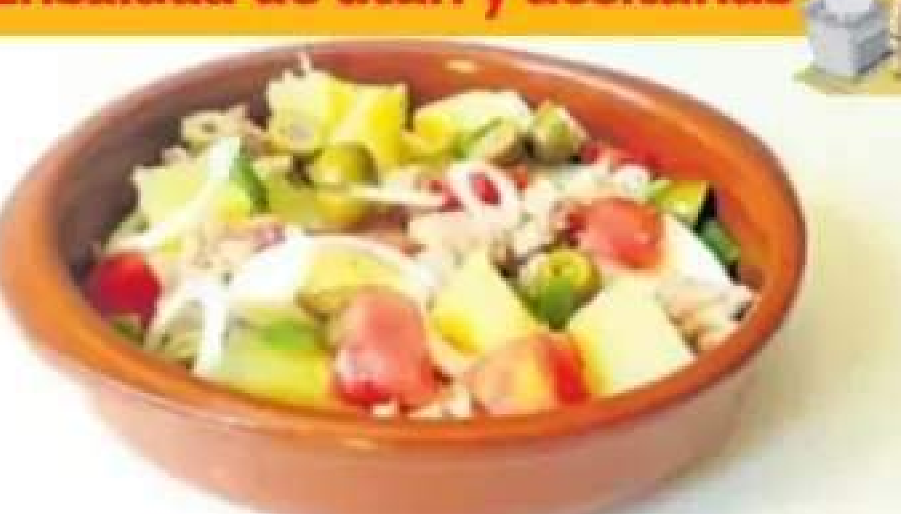
Ensalada de atún y aceitunas

INGREDIENTES

+ 4 papas blancas
+ 4 huevos
+ 4 tomates
+ 2 pimientos verdes
+ 12 aceitunas verdes sin pepa
+ 1/2 cebolla
+ 2 latas de atún
+ Vinagre y sal al gusto

PREPARACIÓN

+ Sancocha las papas y los huevos. Pélalos y córtalos en trozos pequeños. Deja que enfríe. Corta los tomates en gajos y quítales las pepas. Reserva. Pica los pimientos en cuadritos pequeñitos. Corta las aceitunas y cebolla en rodajas delgadas. En un bol pequeño, prepara el aliño con una cucharada de vinagre, una pizca de aceite de oliva y sal al gusto. En un bol grande o ensaladero, echa todos los ingredientes, incluidos los atunes y el aliño. Integra muy bien. Corrige la sal. Y listo. ¡Buen provecho!



PADRES E HIJOS

Juliana Sequera
Psicóloga clínica T.P. 198493

LA AUTOESTIMA EN NIÑOS

La autoestima en los niños es un pilar fundamental para su desarrollo emocional y social. Para fomentarla es clave ofrecerles un entorno seguro, donde se sientan valorados por quienes son y no solo por lo que logran. En casa, los padres pueden reforzar su autoestima reconociendo sus esfuerzos más allá de los resultados, escuchándolos con atención y evitando críticas destructivas o incluso comparaciones con hermanos, familiares o amigos.

Es importante establecer límites claros, ya que esto les proporciona estructura, seguridad y confianza. En la escuela, los maestros juegan un rol crucial al fomentar un ambiente inclusivo que valore la diversidad y promueva la cooperación en lugar de la competencia. Reconocer las fortalezas individuales de cada niño y permitirles cometer errores sin miedo al juicio les ayuda a construir una percepción positiva de sí mismos. Cuando los adultos modelan el respeto y la empatía, enseñan a los niños a valorarse y enfrentar desafíos con confianza.

@julianasequera en Instagram

¡A LA ANEMIA LE GANAMOS TODOS! trome

→DANIELA BALLESTEROS

'Alimentos ricos en hierro no deben mezclarse con lácteos'

✖Experta señala que el vinagre, café y las infusiones también perjudican la absorción de hierro en el organismo

POR: ESTEFANY VALLADARES

Si bien todos debemos tener una alimentación balanceada para cuidar la buena salud, los pacientes con anemia (sea el grado que sea) deben cuidar su dieta mucho más, priorizando alimentos ricos en hierro y descartando otros que no aportarán nada bueno al organismo.

La nutricionista Daniela Ballesteros nos explica más sobre este tema:

Licenciada, ¿cómo debe ser la dieta de una persona con anemia?

Debe tener una alimentación rica en los dos tipos de fuentes de hierro, animal y vegetal.

Por ejemplo...

En hierro de origen animal tenemos la carne de res, hígado, vísceras, pescados oscuros. Este es el hierro hemo que es más fácil de absorber. Y en hierro de origen vegetal están las menestras, lentejas, garbanzos, espinacas, acelgas, vegetales de hojas verdes.

¿Hay alimentos que deben evitar?

Hay productos que pueden interferir con la absorción de este hierro de origen vegetal, como el café y té negro. No los deben consumir junto a comidas ricas en hierro.

¿Por qué?

Porque ese tipo de bebidas, sobre todo el té negro, tienen taninos que no te permiten absorber correctamente el hierro. Otro producto es el vinagre, ya que tiene ácido acético y puede interferir con el mineral.

Se dice que tampoco hay que mezclar con lácteos, ¿es cierto?

El tema con los lácteos es que compiten con el hierro. Pero no es que debes evitarlos, sino dejar de ingerirlos junto a comidas ricas en hierro.

¿Deberían bajar el consumo de comida chatarra?

Por supuesto. En realidad cualquier persona debe hacerlo, pero un paciente con anemia diagnosticada mucho más. En lugar de esos productos con alto índice de grasa, prioricen comida nutritiva.

¿Qué pasa con los azúcares?

Esto es superimportante. Muchos pacientes con anemia se sienten cansados y débiles, entonces comen productos azucarados para 'sentirse mejor', 'despertar' y compensar ese cansancio, pero no es la mejor salida. No va a curar ese síntoma.

¿Las bebidas alcohólicas también están prohibidas?

Claro, el alcohol disminuye la absorción del hierro notoriamente. No solo del hierro, en realidad, sino de todos los nutrientes.

¿Algún alimento que estimula la absorción del hierro?

Todos los cítricos y vitamina C. Incorpora a tus comidas frutas y vegetales con alto contenido en vitamina C y tienes la mezcla perfecta.

Un último consejo...

Tengo pacientes que me dicen 'siempre he tenido hemoglobina baja' y ya normalizaron eso. Pero, por favor, eso no es normal. Es importante detectar la anemia con una prueba, ver las causas de su aparición y tratarla.

No mezcles con alimentos ricos en hierro:
- Café
- Infusiones
- Lácteos
- Vinagre





Evitar consumir:
- Comida chatarra
- Productos azucarados
- Bebidas alcohólicas





Nutricionista Daniela Ballesteros

trome ESCOLAR

SE CELEBRARÁ HASTA EL 15 DE FEBRERO

FIESTA DE LA *Virgen de la Candelaria*

Puno, y todo el Perú, está de fiesta. Hasta el 15 de febrero, miles de danzantes y músicos tomarán las calles para rendir homenaje a la Virgen de la Candelaria, patrona de la región. Esta celebración, declarada Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad por la Unesco en 2014, es una de las expresiones religiosas y culturales más grandes de América Latina.

La imagen de la Mamacha Candelaria fue traída de Cádiz al Perú el 2 de febrero de 1583, pues desde este punto partían los galeones del Imperio español que transportaban a las autoridades políticas y religiosas enviadas a sus colonias.

Por esa razón, el origen de esta festividad combina la fe católica con las tradiciones andinas.

Se dice que en 1781, durante la rebelión de Túpac Amaru II, los puneños se encomendaron a la Virgen para proteger la ciudad. Desde entonces, su devoción se fortaleció, mezclándose con ritos ancestrales dedicados a la Pachamama.



DIABLADA

MORENADA

Es considerada una de las *expresiones religiosas y culturales* más importantes del Perú

FIESTA

El evento central de esta celebración es la Gran Parada y Veneración, donde más de cuarenta mil danzantes y músicos presentan bailes como la diablada, morenada y caporales. Es una expresión única y fantástica de nuestra identidad.

La Candelaria no es solo una fiesta, es el alma de Puno vibrando al ritmo de su tradición.

CAPORALES

solo para padres PATO DONALD CENSURADO EN FINLANDIA

En 1977, Finlandia se encontraba en medio de una fuerte crisis económica. A raíz de ello, una de las resoluciones que adoptaron con el objetivo de ahorrar dinero fue la de eliminar al Pato Donald de los personajes de cómics de todos los centros juveniles. Se dice que esto se entendió de otra manera y se pensó que se censuraba al Pato Donald porque no usaba pantalones. El parlamentista Markku Holopainen fue señalado como el responsable de ejecutar la prohibición; años más tarde, se lo conocía en Finlandia como 'el hombre que censuró al Pato Donald'. En vez de dejar su marca en la historia, fue él quien quedó marcado por este malentendido.

LA YAPA

El culto a la Virgen de la Candelaria se remonta al año 1392 en Tenerife, la isla española más grande del archipiélago de las Canarias, en el océano Atlántico, que era parada obligatoria en los viajes desde la península del imperio español hacia América. Por tal motivo su imagen fue inculcada en los territorios coloniales.

EL PORQUÉ DE LAS COSAS

¿Las hormigas pueden almacenar agua? Existe una especie que habita en las regiones secas y cálidas de México, conocida como 'hormiga mielera'. Ella es capaz de almacenar en su abdomen una mezcla de agua y azúcar (néctar), que además contiene grasa corporal y fluidos que extrae de sus presas o de las que le traen sus compañeras.

CÓMO SE ESCRIBE

Festín

Es un banquete que puede incluir música, baile y otras actividades de entretenimiento. Los festines suelen llevarse a cabo para celebrar en familia o con amigos determinados acontecimientos o sucesos. Además, pueden ser festejos públicos o privados, con pocos participantes o masivos.

VENTANILLAS DE OTUZCO

Es un cementerio de origen preinca, formado por criptas cavadas en forma de pequeñas ventanas. Estos nichos, de forma rectangular y cuadrada, han sido tallados en roca y estaban protegidos por canaletas para que el agua discurra en épocas de lluvias. Están ubicadas a 8 kilómetros al noreste de la ciudad de Cajamarca.





el talán

inmuebles | vehículos | empleos | educación | oportunidades



Profesionales

302 Pedidos

ASISTENTE ADMINISTRATIVO excel intermedio facturacion oficina vivir independenci a lince 998256570 importadora autopartes



DEL VERBO SABER
DORMITORIO
SIGLA COMERCIAL
ÓXIDO DE CALCIO
DIARIO DE MADRID
FARDO
AL NIVEL
GRITERÍO
PORCIÓN DE UNA CURVA
LABIÉRNAGO
NATURAL, LIMPIA
ADINERADO
CHIFLADO
SUROESTE
NOMBRE FEMENINO
PUERTO DEL SUR
MARCHITO, AJADO
LAGO DE ASIA CENTRAL

TROME, SU DIARIO REGALÓN

ARTÍCULO
RELATIVO AL POLO NORTE
LABORATORIO ABREVIADO
100, 1000 (ROM.)
GRAN TOLDO QUE CUBRE UN CIRCO
SORDO, BOBO (QUECHUA)
QUE SE HACE O POSEE DE MODO RECÍPROCO
ESTRONCIO
SODIO
NOMBRE DE LA ZETA
VOCABLO, VOZ (PL.)
VOCALES FUERTES
QUIEBRA FINANCIERA
ANTIGUA MONEDA CHINA
EJERCITAR EL SENTIDO DEL TACTO
ALERO
ROJO Y CARIBE
NOTA MUSICAL
... MAURY (ACTRIZ)
GAS PARA ALUMBRADO
LIMPIEZA
UNO DE LOS TRES CHIFLADOS
QUE GOZA DE BUENA SALUD
VOCALES
NOMBRE DE MUJER
NOMBRE DE UNA CONSONANTE
AVE GALLIFORME
HIJO DE CAÍN
BAHÍA
DOCTOR
DICE ORACIONES
HORNEAR
HÚMEDO EN INGLÉS
DIOS DEL HOGAR
HIELO (INGLÉS)
PASEN LA VISTA POR UN ESCRITO
REY EN FRANCÉS
BURRO, POLLINO
NOTA MUS.
BROMO
LITIO
QUE COME MUCHO Y CON ANSIA
SIN VALOR
VECINAS
BOTES PEQUEÑOS
ORO (FR.)
PERSEGUIR SIN TREGUA NI REPOSO
CANTANTE DE ÓPERA
SIGMA

TU HORÓSCOPO



ARIES. Una sensación de intranquilidad te invadirá sin ningún motivo, trata de superarla. Miércoles positivo.

21.3 | 19.4



TAURO. Prepárate para un gran cambio en lo personal y profesional. No tengas miedo a nuevos retos. Tú puedes.

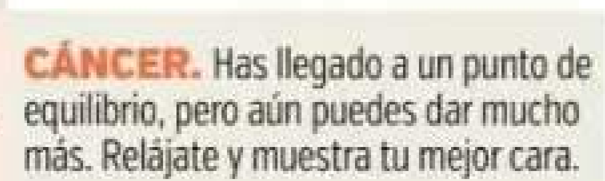
20.4 | 20.5



GÉMINIS. Controla tus ansias de gastar, hay que medir bien los pasos que vas a dar. Tiempo de reflexión.

21.5 | 20.6





CÁNCER. Has llegado a un punto de equilibrio, pero aún puedes dar mucho más. Relájate y muestra tu mejor cara.

21.6 | 22.7



LEO. Te sientes con ganas de practicar actividades diferentes, que te saquen de la rutina. Disfruta el momento.

23.7 | 20.8



VIRGO. Excelente ocasión para despejar la mente y hacer algo que te guste. No caigas en ideas pesimistas.

23.8 | 22.9



LIBRA. Etapa de estabilidad emocional, disfrutarás al máximo el momento que vives junto a tu familia.

23.9 | 22.10



ESCORPIO. Buena ocasión para estrechar lazos familiares y hacer planes a futuro. Una buena noticia te alegra.

23.10 | 21.11



SAGITARIO. Ese familiar está preocupado por ti, sería bueno que conversen. Pon en orden los asuntos hogareños.

22.11 | 21.12



CAPRICORNIO. Poco a poco vas logrando tus deseos, no te apresures en tomar decisiones. Llega una sorpresa.

22.12 | 19.1



ACUARIO. Come sano y haz ejercicios, te sentirás mejor físicamente. Un familiar necesita de ti ahora.

20.1 | 18.2



PISCIS. Necesitas dar un nuevo impulso a tu vida, aprovecha este día para fijarte nuevas metas, pero sé realista.

19.2 | 20.3

PURAS letras

FESTIVIDAD DE LA VIRGEN DE LA CANDELARIA (2)



D	Q	S	D	G	S	S	E	V	A	R	T	A	N	O	I	C	O	V	E	D
A	U	M	E	D	N	C	V	D	S	F	M	A	Z	V	A	M	A	S	Z	C
Z	E	U	E	M	A	S	D	E	A	O	F	U	F	S	A	F	A	V	S	U
V	L	S	S	D	A	Z	A	G	S	C	D	V	S	X	C	D	V	X	F	A
D	O	I	T	Y	E	N	V	V	F	T	I	R	I	I	N	G	S	X	D	R
A	S	C	A	F	U	V	A	F	I	S	I	M	O	A	C	V	Z	O	Z	E
D	H	A	F	V	Z	N	A	S	T	T	O	M	B	P	S	A	N	F	A	N
A	A	L	I	F	A	Z	A	O	C	T	A	S	E	A	R	D	L	F	S	T
L	C	A	E	V	Z	A	S	E	O	O	A	T	M	N	E	A	V	E	S	A
B	E	N	S	F	A	A	V	D	N	T	M	S	N	M	T	S	L	A	S	M
A	F	A	T	V	S	D	A	Z	N	E	A	P	A	E	E	A	L	I	A	I
I	V	S	A	Y	I	S	E	E	A	Z	R	S	L	T	S	E	S	F	A	L
D	Z	E	D	A	U	S	I	V	N	F	D	G	N	E	D	E	F	A	Z	B
A	A	R	V	Z	A	C	T	A	O	E	F	A	I	A	T	D	R	V	A	F
L	D	P	F	A	S	F	D	D	F	C	Z	A	N	A	F	A	D	P	V	Z
S	D	X	Z	O	V	D	A	Z	A	N	F	U	V	A	F	A	S	F	E	A
E	N	E	D	E	S	U	S	M	A	R	A	V	I	L	L	O	S	A	S	R
Y	U	Y	F	A	Z	V	A	D	R	E	F	E	R	S	A	N	T	Y	U	D

- ...y es la Diablada,
- una de las
- danzas más
- vistosas y
- representativas
- de esta fiesta,
- donde más de
- cuarenta mil
- danzantes
- y doscientas bandas
- musicales
- expresan al
- máximo toda su
- devoción a través
- de sus maravillosas
- vestimentas
- y una energía
- que los hace
- bailar por dos
- semanas completas.



TE AMO

BUSCO A UNA BUENA MUJER

Cartas: Jorge Salazar Araoz 171, Santa Catalina. La Victoria
Mail: doctoracarmen01@trome.com

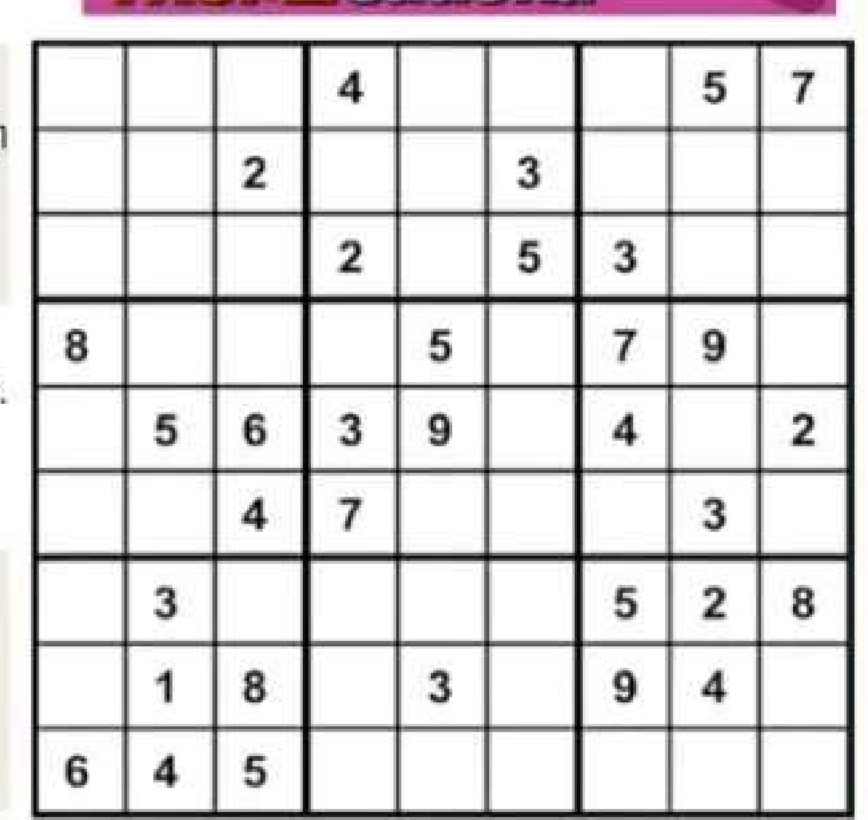


MIGUEL (55).- Estimada doctora Carmen, la saludo deseándole éxitos en este 2025. Soy un caballero que por dedicarse a trabajar y estudiar descuidó el amor. Ya todos mis amigos están casados y felices junto a sus familias. Por eso, le pido que me ayude a buscar una buena mujer de 22 a 36 años, que sea soltera, comprensiva, atractiva y sin hijos. Yo soy un hombre guapo, soltero, no tengo hijos, de tez clara y cuerpo bien agarrado. Las interesadas pueden escribir o llamar al celular: **965-741-839.** Ojalá alguna se comunique y mi suerte cambie. **Gracias.**

DOCTORA CARMEN

Mira, hijito:
No te arrepientas de haber invertido tus buenos años a estudiar y trabajar, porque sino no tendrías la estabilidad que tienes ahora. Mejor piensa que pronto vas a enamorarte y empezarás una relación hermosa junto a una dama honesta, trabajadora y amorosa. **Suerte.**

TROME sudoku 293



			4				5	7
		2			3			
			2		5	3		
8				5		7	9	
	5	6	3	9		4		2
		4	7				3	
	3					5	2	8
	1	8		3		9	4	
6	4	5						

TROME SERIES

NETFLIX

MADRE SOLO HAY DOS



TEMPORADAS: 3
CAPÍTULOS: 27

Ana y Mariana son dos mujeres muy diferentes que descubren que sus bebés fueron intercambiados al nacer. Deciden crear una nueva familia y ajustar sus vidas a esta nueva situación. Se enfrentan a una demanda y a un nuevo negocio, mientras intentan mantener las apariencias de su relación.

SOLUCIÓN GRAMA



¡GRAN ESTRENO!



Daniela: EL 'LOCO' VARGAS QUERÍA CAERLE A VANIA



Café con la Chévez

CONDUCE: CARLA CHÉVEZ

EL BÚHO EN EL SUR CHICO





Este Búho disfruta del verano de la única manera en que se puede disfrutar: en la playa, con una raspadilla con jarabe de fruta natural y un cebichito de mero. Es una bendición tener el mar cerca. Por eso, los lunes enciendo mi carrito y me voy al **sur chico**. Es un día perfecto: nada de tráfico y poquísima gente. Me echo bloqueador de alta protección y recorro la **Panamericana Sur** bajo el sol intenso. Pongo en mi **Spotify** ese bolero del gran **Héctor Lavoe** y los parlantes revientan: **"No me preguntes qué me pasa/ Tal vez yo mismo no lo sé/ Préstame unas horas de tu vida/ Si esta noche está perdida/ Encontrémonos los dos". Punta Hermosa, El Silencio, San Bartolo, Embajadores**, son mis puntos fijos. A estas aguas he regresado siempre, desde mi niñez, cuando mis abuelos me traían en su 'vochito' rojo y llevábamos flotadores en la parrilla. He visto con mis ojazos cómo esas pampas fueron transformándose hasta convertirse en balnearios lujosos, con condominios privados y edificios que tienen piscinas en las terrazas, con supermercados, restaurantes gourmet y bares con tragos exóticos. Discotecas exclusivas y gimnasios con tecnología de punta. Son las exigencias de los modernos veraneantes. **Yo soy simple. Planto mi sombrilla, extiendo mi toalla y mientras las olas van y vienen puedo ir tomando una latita de cerveza helada.** Voy observando a los jovencitos lanzarse a la mar o a viejos pescadores zarpar con sus lanchas en busca de lenguados, chitas y cabrillas. O a niños construir castillos de arena. Abro el diario, una revista u ojeo un libro pendiente. O navego en mis recuerdos y refloto historias que alguna vez me contaron o que yo mismo viví.

El poeta **Martín Adán** decía: **"si quieres saber de mi vida, vete a mirar el mar". La Sonora Matancera** cantaba: **"En el mar, la vida es más sabrosa. En el mar, te quiero mucho más".** Y los viejos siempre hacemos esa broma pícara para salir del paso: **"viejo es el mar y todavía se mueve".** El cuentista **Julio Ramón Ribeyro** se hacía a la mar al atardecer, cuando la playa de **Barranco** estaba despejada de visitantes, pues se avergonzaba de su cuerpo escuálido y de las cicatrices por las operaciones del cáncer. Aquella rutina le inspiró un cuento, su último cuento, **'Surf'.** El enorme **Ernest Hemingway** era un pescador de polendas que viajaba por el mundo en busca de merlín y en esa aventura llegó hasta **Perú**. Cuajado en ese oficio, escribió **'El viejo y el mar'.** En la película india **'La vida de Pi'**, tras una tormenta, **Richard Parker y un tigre de Bengala** naufragan durante meses y aprenden a convivir en altamar. Esa es la metáfora hermosa de cómo uno mismo es capaz de dominar a sus demonios. Los vikingos despedían a sus guerreros en barcos fúnebres y a la distancia lanzaban flechas con fuego para que las cenizas se esparcieran en el mar. Alguna vez, en esos veranos de mi infancia, cuando el 'vochito' del abuelo relucía bajo el sol y no era esa chatarra enterrada en polvo que es hoy, tuve una de las experiencias más lindas de mi vida. Estábamos en un cerrito sobre la **playa de San Bartolo**. Entonces no había esas casas lujosas que hoy cercan el mar ni esas antenas gigantescas conectadas con cables que rompen el paisaje. Ya atardecía. Con mi abuela nos sentamos sobre unas piedras. **"Guarda silencio y solo observa",** me dijo. Entonces vimos el sol caer sobre el mar como una inmensa bola de fuego y las aguas reflejaban esos colores naranjas que enceguecían. Ella me abrazó y yo recuerdo hasta hoy esa suave presión de sus brazos contra mi hombro. **La costa de Lima**, para mí, siempre serán esos hermosos recuerdos. Apago el televisor.*